

Shiatsu e Medicina Integrata: il percorso verso una proficua collaborazione con la medicina tradizionale

Sebbene lo Shiatsu sia praticato in occidente da diversi decenni, c'è ancora strada da fare (speriamo non molta) perché la nostra pratica, inquadrata in Italia come disciplina bionaturale (Legge 4/2013), venga riconosciuta presso l'opinione pubblica e la comunità scientifica come terapia utile ed efficace a coadiuvare la salute e il benessere della persona, al fianco alla medicina accademica occidentale.

Risultati molto importanti si stanno ottenendo in questa direzione grazie all'introduzione dello Shiatsu fra le terapie complementari cui si ricorre in alcuni presidi sanitari, laddove le domande dei pazienti con malattie debilitanti, patologie croniche o terminali non riescono a trovare tutte le risposte nella medicina allopatica.

E laddove medici e associazioni di professionisti riconosciuti del nostro settore hanno iniziato una collaborazione tra medicina accademica e medicina complementare, dando il via a progetti di medicina integrata.

La medicina integrata aspira ad una visione olistica del paziente, per trattarlo nella sua interezza e unicità, per ottenerne non solo la auspicabile guarigione, ma il benessere fisico e psicologico durante il percorso terapeutico.

Questi medesimi principi sono alla base della filosofia dello shiatsu e lo rendono idoneo e particolarmente adatto ad affiancarsi alle terapie tradizionali, sostenendo il benessere del paziente durante il quotidiano del percorso della malattia.

Lo shiatsu agisce su problematiche muscolo scheletriche, stress, ansia, insonnia e affaticamento, lavorando in modo unico e profondo sull'energia sana della persona e, in tal modo, coadiuva quei processi di salutogenesi che incidono in modo significativo sul ripristino di uno stato psicofisico positivo, aiutando il paziente ad affrontare il cambiamento di vita causato dalla malattia. Lo shiatsu non identifica il paziente con la sua patologia ma gli ricorda tutte le potenzialità che ancora possiede nonostante questa.

In Italia, l'efficacia dello shiatsu su pazienti con malattie oncologiche, con malattie croniche o rare, è stata riconosciuta in diversi istituti ospedalieri dove i benefici ottenuti dai pazienti sono

stati documentati attraverso l'uso di questionari validati a livello scientifico.

L'efficacia della medicina complementare, e dello shiatsu in particolare, è stata misurata in termini di miglioramento delle capacità fisiche, riduzione dei trattamenti farmacologici, diminuzione del dolore, salute generale, vitalità, reinserimento sociale laddove problemi fisici ed emotivi legati alla malattia avevano compromesso le capacità relazionali del paziente.

Lo shiatsu si è dimostrato utile con patologie molto diverse tra loro, con anziani, bambini in pediatria, adolescenti con disturbi dell'alimentazione e malati terminali.

Insomma, i risultati a livello di recupero psicofisico dei pazienti hanno reso questi progetti di medicina integrata un successo che sarebbe opportuno riproporre e rendere disponibile in modo regolare per tutti.

Una meravigliosa sinergia dove la medicina allopatrica occidentale si occupa della malattia, lo shiatsu della persona e della qualità della sua vita.

Per molti ancora oggi, lo Shiatsu è solo un'esperienza piacevole, un massaggio, a volte anche doloroso, finalizzato ad ottenere uno stato di rilassamento.

Ciò che molti non sanno, e che dà un valore più profondo a questa disciplina, è la preparazione degli operatori Shiatsu.

Questa non si limita allo studio delle tecniche manuali, di anatomia e fisiologia, della medicina tradizionale cinese, ma richiede anche un profondo lavoro su sé stessi per affinare la propria sensibilità ed empatia.

La relazione operatore-ricevente non è improvvisata ed è uno dei plus significativi e fondanti dello shiatsu: infatti è nel tocco consapevole e presente che si riesce ad entrare contatto profondo col ricevente e a favorirne il riequilibrio fisico ed energetico. E la preparazione dell'operatore a questo tipo di tocco non è banale.

L'operatore non si occupa soltanto delle problematiche muscolo scheletriche della persona che a lui si affida ma, in aggiunta e contemporaneamente al lavoro sul corpo, cerca di stabilire con essa un contatto anche sul piano emozionale, psicologico e spirituale. Per questo la relazione operatore-ricevente è un tema così

importante e delicato: non si tratta solo di sollievo da un dolore fisico ma di un sostegno profondo della qualità della vita.

Nel Congresso Europeo di Shiatsu 2026 dal titolo "lo Shiatsu sostiene la vita" relatori provenienti da tutta Europa mostreranno, ognuno col suo stile, come questa disciplina sia efficace nel sostegno della qualità della vita in ogni momento del nostro percorso terreno.

E ci porteranno esempi di Medicina integrata come l'intervento delle PROF ANTONIA PARMEGGIANI (Docente di neuropsichiatria infantile-Università di Padova) e di STEFANIA FERRI (operatrice e insegnante Shiatsu) sul potenziale terapeutico dello Shiatsu come intervento complementare in casi di disturbi dell'alimentazione.

O ancora l'intervento di MICHELINE PFISTER dal titolo "Trattare e accompagnare le malattie croniche con lo Shiatsu" o quello di FANNY ROQUE su "Lo Shiatsu oncologico in sala di chemioterapia e in studio"

Maestri e operatori provenienti da tutta Europa si ritroveranno a Frascati questo Settembre per confrontarsi su tecniche, filosofia, deontologia, valori e metodo dello shiatsu.

Un dibattito vivo e vibrante che mostra quanto questa disciplina "ci" e "si" interroghi di continuo e sia, a tutti gli effetti, ben più di un semplice massaggio.